

Муниципальное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования детей «Успех»
(МУ ДО «ЦДОД «Успех»
«Успех» челядьлы содтөд төдөмлун сетан шөрин»
содтөд төдөмлун сетан муниципальной учреждение
(«Успех» ЧСТСШ» СТС МУ)

ПРИНЯТО:
ПС МУ ДО «ЦДОД «Успех»
Протокол № 1
от «31» 08 2023 г.



**Дополнительная общеобразовательная программа –
дополнительная общеразвивающая программа
«Ритмика (начальный уровень)»**

Направленность:
Художественная

Вид программы по уровню освоения:
(стартовый (ознакомительный))

Для учащихся:
7 - 8 лет

Срок обучения:
1 год

Составитель:
Данилович Ольга Витальевна
педагог дополнительного
образования

г. Сыктывкар, 2023 год

1.1. Пояснительная записка:

Дополнительная общеобразовательная программа — дополнительная общеразвивающая программа «Ритмика (начальный уровень)» имеет художественную направленность.

Программа разработана на основе следующих нормативных правовых актов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://zakon-ob-obrazovanii.ru>

- приказ Министерства просвещения РФ от 29.07. 2022 г. № 629 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405245425>

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/350163313>

- Постановление главного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [СП 2.4.3648–20 \(urfu.ru\)](http://sp.2.4.3648-20.urfu.ru)

- постановление Правительства Республики Коми от 11 апреля 2019 г. № 185 «О стратегии социально-экономического развития Республики Коми на период до 2035 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://docs.cntd.ru/document/553237768>

- Решение Совета МО ГО "Сыктывкар" от 10.12.2019 № 44/2019-619 "О внесении изменений в решение Совета МО ГО "Сыктывкар" от 08.07.2011 № 03/2011-61 "О Стратегии социально-экономического развития МО ГО "Сыктывкар" до 2035 года" [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/438993064>

Актуальность программы основывается на развитии учащихся таких физических качеств как: сила, ловкость, координация движений. Развитие творческого воображения, фантазии (способность к импровизации движений под музыку), устранение физических недостатков (сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д.) Вырабатывает правильную осанку, походку.

Педагогическая целесообразность. В настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению учащихся к здоровому образу жизни. Среди множества форм художественного воспитания особое место занимает хореография.

Искусство танца – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия потенциальных возможностей маленького человека. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным.

Танец способствует обучению правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству. Содержание программы создаёт условия для самореализации личности, раскрытия её творческого потенциала.

Программа разработана на основе: Дополнительной общеобразовательной

Общеразвивающей программы «РИТМИКА И ТАНЕЦ». Автор - составитель: Соловьева Мария Александровна педагог дополнительного образования.

Отличительные особенности программы заключаются в том, что она основывается на постепенном развитии природных способностей детей, строгой последовательности в овладении лексикой танцевального искусства, техническими приемами, систематичностью и регулярностью занятий, целенаправленностью учебного процесса.

Новизна программы состоит в том, что в ней учтены возможности учащихся по основным направлениям танца и пластики, включающие: ритмику, классический танец. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет ознакомить учащихся со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента учащихся, а также на развитие их сценической культуры.

Программа тесно связана с такими предметами как: физическая культура, музыка (*развитие музыкального вкуса*), история (*знакомство с историей танца*), иностранный язык (*знакомство с танцевальной терминологией*), ОБЖ (*соблюдение техники безопасности, правила поведения при различных происшествиях*).

По окончании данной программы учащиеся продолжают обучение по дополнительной общеобразовательной программе «Фитнес-аэробика».

Адресат программы: программа направлена для учащихся 7-8 лет. Наполняемость группы 10-15 человек

Набор в объединение производится в соответствии с Уставом МУ ДО «ЦДОД «Успех», правилами приема граждан и на основании письменного заявления родителей (законных представителей) учащихся. Набор в группу осуществляется на основе письменного заявления родителей (законных

представителей) через сайт ПФДО Коми (<https://komi.pfdo.ru/>). Программа учитывает возрастные и индивидуальные особенности учащихся, без предъявления требований к подготовке учащихся в данной области и уровню образования.

Объем и срок освоения программы. Продолжительность образовательного цикла- 1 год. Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы-72ч.

Режим занятий. Занятия проходят 2 раза в неделю. Продолжительность 1 академического часа – 30 мин.

Вид программы по уровню освоения – «стартовый (ознакомительный)».

Классификация программы на основе уровневой дифференциации – одноуровневая.

Формы обучения: очная, очно-заочная (в период невозможности организации учебного процесса в очной форме: карантин, неблагоприятной эпидемиологической обстановки, активированных дней), может быть организована с использованием электронного обучения в социальных сетях.

Формы организации образовательного процесса. Программа предполагает групповые формы занятий.

Весь учебный материал программы рассчитан на последовательное и постепенное изучение теоретических знаний и приобретение практических умений и навыков.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы - укрепление физического и психического здоровья, воспитание хореографической культуры, формирование навыков выполнения танцевальных упражнений.

Задачи программы:

Обучающие:

- знакомить с предметом ритмика;
- ознакомить с правилами здорового образа жизни;
- обучить понятиям: характер музыки, темп, ритм;

- обучение начальным навыкам танцевального искусства;
- обучить элементам партерной гимнастики.

Развивающие:

- развить чувства ритма, музыкального слуха, эмоциональной отзывчивости на музыку, танцевальной выразительности;
- развить навыки ориентировки в пространстве;
- развить координацию движений и пластики,
- развить навык владения своим телом;
- -развить опорно-двигательный аппарат;

Воспитательные:

- формировать коммуникативные навыки;
- воспитать трудолюбие
- воспитать стремление к двигательной активности;
- воспитать ответственность, упорство, силу воли;
- воспитать морально волевые качества;
- способствовать формированию личности инициативной, целеустремленной.

1.3 Учебный план

№	Наименование разделов	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Введение в образовательную программу. Техника безопасности при занятиях ритмикой	1		1
2	Ритмика. Танцевальная азбука	1	19	20
3	Основы классической хореографии	1	10	11
4	Партерная гимнастика	1	18	19
5	Танцевальные этюды, игры, танцы	1	15	16
6	Промежуточная аттестация Выполнение контрольных нормативов		3	3

7	Самостоятельная работа		2	2
	Итого	5	67	72часа

Содержание учебного плана

Тема 1. Вводное занятие.

Теория. Инструктаж по технике безопасности на занятиях ритмики. Введение в программу.

Практика. Первичная диагностика. Беседа.

Тема 2. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.

Теория: Танцевальная азбука. Знакомство учащихся с танцевальной азбукой. Элементы танцевальных движений. Знакомство учащихся с элементами танцевальных движений. Правила исполнения танцевальных движений. Ориентировка в пространстве. Основные понятия: музыка, темп, такт.

Практика:

-постановка корпуса;

-упражнения для рук, кистей, и пальцев;

-упражнения для плеч;

-упражнения для головы;

- упражнения для корпуса;

Выполнение упражнений танцевальной азбуки. Ознакомление детей с элементами танцевальных движений: ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;

-бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;

-притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой; топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;

-хлопки.

Выполнение изученных элементов танцевальных движений. Ознакомление учащихся с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве:

- упражнения и игры по ориентации в пространстве;

- построение в круг;
- построение в линию;
- построение в две линии.

Выполнение упражнений по ориентации в пространстве. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопки и притопы на сильную, слабую долю и с различным ритмическим рисунком.

Тема 3. Основы классической хореографии.

Практика

Позиции ног (II невыворотная, III, VI). Позиции рук (подготовительная, I, III, II).

Развитие техники классического танца:

Постановка корпуса лицом к станку (I, II позиции ног)

Battment tendu по I п.н. (лицом к станку)

Demi, Grand plie по I, II п.н. (лицом к станку)

Battment tendu jete по I п.н. (лицом к станку)

Temps releve по I, II п.н.

Releve lent на 45° по I п.н. в сторону (лицом к станку)

Подготовка к Grand battment jete (лицом, боком, спиной к станку)

Упражнения на развитие танцевального шага «растяжка», простая.

«Аллегро»

Temps leve sauttee по I, VI п.н.

«Танцевальные шаги»

Шаг с вытянутой стопы, на полупальцах, пятках, с поднятием колена вперед, назад.

Па галопа по линии танца, против линии танца (по одному, парами, с прыжком, с полуповоротом по диагонали).

Тема 4. Партерная гимнастика (упражнения на полу)

Теория: Понятие «партер» и значение. Партерная гимнастика. Знакомство с элементами партерной гимнастики. Правила выполнения движений.

Практика: Ознакомление с элементами партерной гимнастики:

<p>Тема 3. Основы классической хореографии.</p> <p>Позиции ног (II невыворотная, III, VI). Позиции рук (подготовительная, I, III, II).</p>	<p>Объяснение упражнения, выполнение.</p>	<p>Обсуждение. Выполнение.</p>	<p>1</p>	<p>14</p>	<p>-</p>	<p>1</p>	<p>-</p>	<p>1</p>
<p>Тема 4. Партерная гимнастика (упражнения на полу)</p> <p>Упражнения для развития гибкости.</p>	<p>Объяснение упражнения, выполнение.</p>	<p>Обсуждение. Выполнение.</p>	<p>1</p>	<p>14</p>	<p>-</p>	<p>1</p>	<p>-</p>	<p>1</p>

1.4. Планируемые результаты

Личностные результаты

У учащихся будут сформированы:

- уважительное отношение в коллективе, проявляя дружелюбие и активность;
- дисциплина, проявление ответственности и выдержки на протяжении всего занятия.
- уважительное отношение к здоровому образу жизни;
- эмоциональный отклик и интерес к музыкально-ритмическим движениям;
- самостоятельное применение специальных знаний и умений в области занятий ритмики.

Метапредметные результаты

Регулятивные. Учащийся научится:

- понимать и принимать учебную цель и задачи;
- иметь представление о ритме, синхронном движении.

Познавательные. Учащийся научится:

- находить решение творческих задач;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции педагога;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.
- анализировать результат выполненного задания.

Коммуникативные результаты. Учащийся научится:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации действий при работе в группах;
- формулировать собственное мнение и потребности.

Предметные результаты.

К концу 1-го года обучения учащиеся будут

знать:

- названия основных танцевальных движений и элементов;
- терминологию партерного экзерсиса;
- правила гигиены тела, тренировочной одежды;
- правила ТБ.

уметь:

- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;
- реагировать на начало музыки и её окончание, ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать ладошами, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах, владеть простейшими навыками игры;

- двигаться по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу врассыпную и собираться в круг или в линию;
- выполнять элементы партерной гимнастики.

Формы и порядок проведения промежуточной аттестации.

Наблюдение, диагностика (см. приложение 3, 4, 5).

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1 Календарный учебный график

№	Тема занятия	Кол-во часов		Дата проведения занятия		Форма контроля
		теория	практика	по плану	по факту	
1.	Инструктаж по технике безопасности на занятиях ритмики. Введение в программу.	1				Наблюдение. Текущий контроль. Опрос.
2.	Знакомство с танцевальной азбукой. Танцевальная разминка.	0.5	1			Наблюдение.
3.	Знакомство с танцевальной азбукой. Танцевальная разминка.		1			Наблюдение.
4.	Элементы танцевальных движений. Знакомство детей с элементами танцевальных движений. Танцевальная разминка.		1			Наблюдение.
5.	Элементы танцевальных движений. Знакомство детей с элементами танцевальных движений. Танцевальная разминка.	0.5	1			Наблюдение.
6.	Партерная гимнастика Понятие «партер» и значение. Партерная гимнастика. Знакомство с элементами партерной гимнастики.	0.5	1			Наблюдение.
7.	Знакомство с элементами партерной гимнастики. Танцевальная разминка: постановка корпуса; упражнения для рук, кистей, и пальцев.	0.5	1			Наблюдение.
8.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Ориентировка в пространстве.		1			Наблюдение.
9.	Танцевальная разминка. Партерная		1			Наблюдение.

	гимнастика. Хореографическая подготовка: Позиции ног (II невыворотная, III, VI). Позиции рук (подготовительная, I, III, II).				
10.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Основные понятия: музыка, темп, такт.		1		Наблюдение.
11.	Знакомство детей с элементами танцевальных движений: ходьба: простой шаг в разном темпе и характере. Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.		1		Наблюдение.
12.	Знакомство детей с элементами танцевальных движений: бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.		1		Наблюдение.
13.	Знакомство детей с элементами танцевальных движений: притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой. Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.		1		Наблюдение.
14.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание позиций рук и ног классического танца. Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп. Построение в круг и по линиям.		1		Наблюдение.
15.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание позиций рук и ног классического танца. Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп. Построение в круг и по линиям.		1		Наблюдение.

16.	Танцевальная разминка. Хореографическая подготовка: разучивание позиций рук и ног Позиции рук (подготовительная, I, III, II). Разучивание основных шагов классического танца – подскоки. Построение в круг и по линиям.		1			Наблюдение.
17.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Хореографическая подготовка: разучивание позиций рук и ног классического танца. Разучивание основных шагов классического танца – подскоки. Построение в круг и по линиям.		1			Наблюдение.
18.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Построение в круг по линиям в диагональ.		1			Наблюдение.
19.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Построение в круг по линиям в диагональ. Разучивание прыжков. Знакомство с танцевальными рисунками и ориентацией упражнения и игры по ориентации в пространстве.	0.5	1			Наблюдение.
20.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание позиций рук и ног классического танца. Разучивание основных шагов классического танца –танцевальный бег. Построение в круг по линиям в диагональ.	0.5	1			Наблюдение.
21.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание позиций рук и ног классического танца. Построение в круг по линиям в диагональ. Разучивание прыжков		1			Наблюдение

	(sauté-cote). Знакомство с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве: построение в круг; построение в линию.				
22.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп, подскоки, танцевальный бег.		1		Наблюдение
23.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп, подскоки, танцевальный бег		1		Наблюдение
24.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Знакомство с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве: построение в линию; построение в две линии.		1		Наблюдение
25.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп, подскоки, танцевальный бег.		1		Наблюдение
26.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений.		1		Наблюдение
27.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений на слабую долю и с различным ритмическим рисунком.		1		Наблюдение
28.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение		1		Наблюдение

	эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.					
29.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.		1			Наблюдение
30.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Выполнение упражнений по ориентации в пространстве. Танцевальные этюды.		1			Наблюдение
31.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Выполнение упражнений по ориентации в пространстве.		1			Наблюдение
32.	Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопки и притопы на сильную, слабую долю и с различным ритмическим рисунком.		1			Наблюдение
33.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Выполнение тренировочных упражнений на полу.		1			Наблюдение
34.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Выполнение тренировочных упражнений на полу.		1			Наблюдение

35.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.		1			Наблюдение
36.	Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.		1			Текущий контроль. Выполнение контрольных упражнений. Опрос.
37.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.		1			Наблюдение
38.	Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов. Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Отработка танцевального номера. Работа над репертуаром. Танцевальные этюды. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.		1			Наблюдение
39.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Танцевальные этюды.		1			Наблюдение
40.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Отработка танцевального номера. Работа над репертуаром.		1			Наблюдение
41.	Танцевальная разминка. Партерная		1			Наблюдение

	гимнастика. Танцевальные этюды. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.					
42.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Танцевальные этюды. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.		1			Наблюдение
43.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Хореографическая подготовка: разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка.		1			Наблюдение
44.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Хореографическая подготовка: разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка.		1			Наблюдение
45.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Хореографическая подготовка: разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка.		1			Наблюдение
46.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка. Танцевальные этюды. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.		1			Наблюдение
47.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка.		1			Наблюдение
48.	комплeкса упражнений у станка. Танцевальная разминка. Партерная		1			Наблюдение

	гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка.				
49.	комплeкса упражнений у станка. Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка.		1		Наблюдение
50.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Танцевальные этюды. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.		1		Наблюдение
51.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка.		1		Наблюдение
52.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка.		1		Наблюдение
53.	Партерная гимнастика. Танцевальные этюды. Игры.		1		Наблюдение
54.	Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений.		1		Наблюдение
55.	Партерная гимнастика. Танцевальные этюды. Хореографическая подготовка.		1		Наблюдение
56.	Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов		1		Наблюдение

	упражнений.					
57.	Партерная гимнастика. Хореографическая подготовка. Игры.		1			Наблюдение
58.	Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Танцевальные этюды.		1			Наблюдение
59.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Игры.		1			Наблюдение
60.	Партерная гимнастика. Подготовка к праздничным концертам и мероприятиям Творческие задания на создание индивидуальных танцевальных композиций.		1			Наблюдение
61.	Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений.		1			Наблюдение
62.	Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений.		1			Наблюдение
63.	Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений.		1			Наблюдение
64.	Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений.		1			Наблюдение

65.	Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений.		1			Наблюдение
66.	Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Игры.		1			Наблюдение
67.	Партерная гимнастика. Творческие задания на создание индивидуальных танцевальных композиций. Игры.		1			Наблюдение
68.	Партерная гимнастика. Творческие задания на создание индивидуальных танцевальных композиций. Игры.		1			Промежуточная аттестация. Выполнение контрольных упражнений. Опрос.
69.	Партерная гимнастика. Хореографическая подготовка. Игры.					Наблюдение
70.	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Упражнения на силу ног, рук, пресса. Игры.		1			Наблюдение
71.	Партерная гимнастика. Игры. Эстафеты.		1			Наблюдение
72.	Итоговое занятие.		1			Наблюдение

2.2 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

Место проведения: актовый зал.

Оборудование и инвентарь:

- хореографический станок;
- коврики;
- скакалки;
- гимнастические палки.

Информационно-методическое обеспечение:

- набор нормативно-правовых документов
- наличие утверждённой образовательной программы
- подборка методических материалов по данным направлениям
- специальная литература.

Методические материалы

Методы и технологии обучения и воспитания

Технология здоровьесбережения. Главное условие реализации данной дополнительной образовательной программы – обучение без нанесения вреда здоровью учащихся. Для сохранения здоровья учащихся учебно-воспитательный процесс организован с соблюдением расписания занятий, составленного в соответствии с требованиями СанПиНа. На занятии виды деятельности, требующие большого напряжения, чередуются с более легкими. Так как шумовой фон на занятиях повышен, организуются кратковременные перерывы. Большое внимание уделяется правилам безопасности. Систематически проводятся инструктажи по технике безопасности, текущие инструктажи – на каждом занятии

Применяемые методы и формы работы с обучающимися:
образовательные методы:

- словесный (рассказ, объяснение, лекция, беседа, анализ и обсуждение своих действий и др.);
- наглядность упражнений (показ упражнений и др.);
- методы практических упражнений
- метод контроля: врачебный, самоконтроль, контроль успеваемости и качества усвоения программы, динамики показателей физического и личностного развития;
- метод самореализации через творческие дела, участие в игровой деятельности.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

1. индивидуальная;
2. работа в парах;
3. групповая;
4. коллективная.

Формы проведения занятий:

1. занятие

Формы подведения итогов:

1. опрос;
2. контрольные упражнения;
3. наблюдение.

Воспитательная работа (деятельность) является неотъемлемой частью ДОП «Ритмика», которая направлена на социализацию и адаптацию учащихся, укрепление семейных ценностей, ценностного отношения к здоровому образу жизни, соблюдению безопасных условий, укреплению взаимодействия с родителями, организацию досуговой, активной деятельности, патриотическое и духовно-нравственное воспитание и др.

Воспитательная деятельность по направлениям работы отражается в ежегодном плане воспитательной работы

Воспитательная работа с родителями:

- консультации;
- анкетирование;
- совместные развлечения и праздники.

2.4. Формы контроля / аттестации

Для определения результатов и качества освоения образовательной программы нужна система отслеживания, то есть четкий педагогический контроль, за уровнем знаний умений и навыков детей. С этой целью вводится трехуровневая система контроля за развитием учащихся. Результаты отслеживаются путем:

- определения текущего уровня физического развития детей. Форма проведения – сдача контрольных упражнений (сентябрь);

- текущий контроль (январь). Форма проведения – сдача контрольных упражнений;

- промежуточная аттестации (проводится в конце завершающего года обучения, как результат освоения учащимися программы в целом). Форма проведения – сдача контрольных упражнений;

Педагогический контроль осуществляется в традиционных формах: сдача контрольных нормативов, тестирование. Определена единая оценочная шкала. Трех уровневая оценка образовательных результатов: «высокий уровень» - 5 баллов; «средний уровень» - 4 балла; «низкий уровень» - 3 балла. Результаты обученности воспитанников фиксируются в журнале учета групповых занятий и протоколах сдачи контрольных упражнений

Система педагогического контроля и оценки результатов дает возможность проследить развитие каждого ребенка, определить степень освоения программы и внести своевременно коррективы.

Этапы педагогического контроля

Вид аттестации	Цель	Содержание	Форма	Критерии
Текущий контроль	Определение исходного уровня физического развития детей	Желание заниматься. Особенности анатомического развития фигуры: осанка, пропорциональность телосложения, наличие подъема в стопе, физические отклонения. Особенности костно-мышечного аппарата, подвижность суставов, гибкость, выворотность, эластичность мышц, наличие танцевального шага. Ритмичность, двигательные навыки. Организованность и внимание	Беседа с ребенком и родителями; Медицинское заключение педиатра детской поликлиники; Контрольные упражнения; Наблюдение.	Приложение №1
Текущий контроль	Выявить детей со слабыми знаниями и	Музыкальная грамота» Знание основных	отрывка Контрольные	Приложение №1

	<p>помочь</p> <p>Выявить более способных детей</p> <p>Систематизация и обобщение учебного материала в пределах разделов программы</p>	<p>понятий по теме;</p> <p>Умение держать заданный ритмический рисунок</p> <p>«Основные фигурные перестроения»</p> <p>Знание основных понятий по теме.</p> <p>Умение организованно передвигаться в пространстве</p> <p>«Классический экзерсис».</p> <p>Знание правил исполнения упражнений, терминологии</p> <p>Исполнение упражнений классического экзерсиса</p> <p>Умение исполнять танцевальные шаги, танцевальные элементы на середине зала</p>	<p>упражнения</p> <p>Опрос, контрольные упражнения</p> <p>Урок</p>	
Промежуточный аттестация	Определение уровня обученности по программе	Ориентация в пространстве. Знание классического экзерсиса.	Контрольные упражнения. Опрос.	Приложение №1

Критерии оценки предметных результатов освоения программы

Уровень обученности	Критерии
Текущий контроль успеваемости	
Высокий	Учащийся превышает хотя бы один норматив при улучшении всех показателей входящего контроля
Средний	Учащийся выполняет нормативы при улучшении или сохранении показателей входящего контроля
Низкий	Учащийся не может выполнить некоторые нормативы

Промежуточный контроль (1 год обучения)	
Высокий	Правильный ответ на теоретический вопрос. Учащийся уверенно демонстрирует заданные элементы
Средний	Нечеткий ответ на теоретический вопрос. Учащийся демонстрирует заданные элементы при поддержке педагога
Низкий	Отсутствие ответа на теоретический вопрос. Учащийся не может продемонстрировать заданные элементы

Личностное развитие обучающегося в процессе освоения программы.

Организационно-волевые качества

Оцениваемые параметры	Критерии	Уровень развития	Степень выраженности оцениваемого качества	Методы диагно-стики
1. Терпение	Способность переносить известные нагрузки в течение занятия	Низкий	Терпения хватает меньше, чем на ½ занятия.	Наблюдение
		Средний	Терпения хватает больше, чем на ½ занятия.	
		Высокий	Терпения хватает на все занятие	
2. Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	Низкий	Волевые усилия ребенка побуждаются извне;	наблюдение
		Средний	Иногда самим ребенком;	
		Высокий	Всегда самим	

3. Самоконтроль	Умение контролировать свои поступки	Низкий	Учащийся постоянно действует под воздействием контроля извне;	Наблюдение
		Средний	Периодически контролирует себя сам;	
		Высокий	Постоянно контролирует себя сам	

Ориентационные качества

Оцениваемые параметры	Критерии	Уровень развития	Степень выраженности оцениваемого качества	Методы диагностики
1.Самооценка	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям	низкий	Завышенная;	Наблюдение
		Средний	Заниженная	
		Высокий	Нормальная	
2.Интерес к занятиям	Осознанное участие в освоении дополнительной образовательной программы	низкий	Интерес продиктован извне;	Наблюдение
		средний	Интерес периодически поддерживается самим ребенком;	
		высокий	Интерес постоянный	

Поведенческие качества

Оцениваемые параметры	Критерии	Уровень развития	Степень выраженности оцениваемого качества	Методы диагностики
-----------------------	----------	------------------	--	--------------------

1. Конфликтность	Способность занять определенную позицию в конфликтной ситуации	низкий	Периодически провоцирует конфликты	Наблюдение
		средний	сам не участвует в Конфликтах;	
		высокий	Старается их избегать.	
2. Сотрудничество (отношение к общим делам)	Умение воспринимать общие дела, как свои собственные	низкий	Избегает участия в общих делах;	Наблюдение
		средний	Участвует при побуждении извне;	
		высокий	Инициативен в общих делах	

2.5 Оценочные материалы личностного развития

При выполнении минимальных требований к подготовленности учащиеся получают положительную оценку по предмету «Ритмика».

Градация положительной оценки («3», «4», «5») зависит от полноты и глубины знаний, правильности выполнении двигательных действий и уровня физической подготовленности.

Уровни	Теория	Практика
Высокий (5 баллов)	Учащийся хорошо знает теорию по ритмике, основные термины классического танца	Учащийся овладел в полном объеме практическими навыками по теме «Классический экзерсис».
Средний (4 балла)	Учащийся отвечает не на все вопросы, поставленные педагогом	Учащийся владеет практическими навыками и умениями классического экзерсиса.
Низкий (3 балла)	Учащийся не знает или путает специальную терминологию	Учащийся имеет слабые практические навыки классического экзерсиса.

Список литературы.

1. Бергер, Н. Сначала - Ритм. Ребенок играя творит музыку. Музыка для всех. Учеб. метод. пособие для общеобразовательных и музыкальных школ/ Н. Бергер - Спб.: Композитор, 2004. -72 с.
2. Бирюк, Е.А. Ритмическая гимнастика. Методические рекомендации/ Е. А. Бирюк-Киев: Молодь, 2006 -151 с.;
3. Гурвич, Л. Б. Работа воспитателя в группе продленного дня (1-3 классы)/ Л. Б. гурвич - М.:«Просвещение» 2008. 76с.;
4. Годик М.А. Стрейчинг. Подвижность, гибкость, элегантность/ М.А. Годик - М.: Сов.спорт,2001- 91 с.;
5. Жигалко, Е., Казанская Е. Музыка, Фантазия, Игра. Учебное пособие по ритмике, сольфеджио, слушанию музыки. Для детей 5-8 лет. Часть 1. Отдельное издание/ Е. Жигалко, Е. Казанская - Спб; Композитор - Санкт – Петербург - 40с.;
6. Жуков, М.Н. Подвижные Игры. Рекомендовано Учебно-методическим объединением вузов РФ/ М.Н. Жуков Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов. — М.: Издательский центр «Академия», 2000. — 160 с.
7. Крючек, Е.С. Аэробика. Содержание и методика проведения оздоровительных занятий. Библиотечка тренера. Отдельное издание/ Е. С. Крючек - М.: Терра-Спорт. Олимпия пресс,2001-118с.;
8. Коренева, Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли - ч.1, ч. 2. / Т. Ф. Корнева -М; Владос. 2002. – 152 с.;
9. Кузнецова, Т.Е. Музыкальные игры. / Т. Е. Кузнецова - Физкультура в школе. - 8, 2003.
10. Лисицкая, Т.С., Ростовцева М.Ю., Ширковец Е.А. Ритмическая гимнастика. Методика и физиологическое воздействие/ Т.С. Лисицкая, М. Ю. Ростовцева, Е. А. Ширковец - М., ВЛАДОС, 2005. – 96с.;
11. Назаренко, Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. / Л.Д. Назаренко - М.: ВЛАДОС-ПРЕСС,2003. - 240 с.;
12. Руднева С. Ритмика. Музыкальное движение. / С. Руднева, Э. Фиш - М., АСКО 2002. – 334с.;
13. Яновская В. Ритмика. Практическое пособие для хореографических училищ. / В. Яновская - Отд.изд. - М; Музыка,2012.- 96с.

ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ

1. Все для хореографов и танцоров (электронный ресурс) – режим доступа: <http://www.horeograf.com>;
2. Любамудрова, С. Н. Программа внеурочной деятельности «Мир танца» (Электронный ресурс) С. Н. Любамудрова – режим доступа: <https://infourok.ru/programma-vneurochnoy-deyatelnosti-mir-tanca-3234667.html>
3. Лычева, Е. В. Дополнительная общеразвивающая программа «Ритмика» (ознакомительный уровень) (Электронный ресурс) Е. В. Лычева.-Режим доступа: https://lucu1580.mskobr.ru/files/lycheva_ritmika.pdf
4. Соловьева, М.А. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика и танец» (Электронный ресурс)/ М. А. Соловьева – Режим доступа:https://mosmetod.ru/files/metod/dopolnitelnoe/Программы/Худ_н_апр/Ритмика_и_танец.pdf.

Нормативно-правовые документы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года;
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 29.07. 2022 г. № 629 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
4. СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28, (далее СП 2.4.3648-20);
5. Приказ Министерства образования и науки России № 882, Министерства просвещения России № 391 от 05.08.2020 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (вместе с «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»);
6. Постановление Правительства Коми «О стратегии социально-экономического развития Республики Коми на период до 2035 года» от 11.04.2019 № 185;
7. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;
8. Устав МУ ДО ЦДОД «Успех»
9. Лицензии на осуществление деятельности МУ ДО ЦДОД «Успех»
10. Положение по составлению дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы в МУ ДО ЦДОД «Успех»

Протокол результатов освоения
 образовательной программы «Ритмика»
 Художественной направленности

Дата заполнения: _____

Год обучения: ____

№ группы: ____

№ п/п	ФИО обучающегося	Теоретический материал	материал Практический материал	Итого	Общий уровень освоения программы
1					
2					
3					
4					
5					

ИТОГО: общий уровень освоения программы в группе

В – высокий уровень – ____ чел. – ____ %

С – средний уровень – ____ чел. – ____ %

Н – низкий уровень – ____ чел. – ____ %

Аналитическая справка

Всего проверяемых – ____ чел.

Из них у ____ чел. определен уровень как «средний», у ____ чел. – «высокий», а у ____ чел. - «низкий».

Положительный результат показали ____ % учащихся.

Педагог дополнительного образования

Приложение 4

Критерии оценки результатов освоения обучающимися образовательной программы «Ритмика»

Уровни	Теория	Практика
Высокий (5 баллов)	Учащийся хорошо знает теорию по ритмике, основные термины классического танца	Учащийся овладел в полном объеме практическими навыками по теме «Классический экзерсис».
Средний (4 балла)	Учащийся отвечает не на все вопросы, поставленные педагогом	Учащийся владеет практическими навыками и умениями классического экзерсиса.
Низкий (3 балла)	Учащийся не знает или путает специальную терминологию	Учащийся имеет слабые практические навыки классического экзерсиса.

Приложение 5

Протокол результатов личностного развития обучающихся в процессе освоения образовательной программы «Ритмика»
Художественной направленности

Дата заполнения: _____

Год обучения: ____

№ группы: ____

Аналитическая справка

Всего проверяемых – ___ чел.

№ п/п	ФИО обучающегося	Организационно-волевые качества			Ориентационные качества		Поведенческие качества	
		Терпение	Воля	Самоконтроль	Самооценка	Интерес к занятиям	Конфликтность	Сотрудничество (отношение к общим делам)
1								
2								
3								
4								
5								

Аналитическая справка

Всего проверяемых – ___ чел.

Диагностика показала: 3 балла – показатель проявляется постоянно – ___ % (___ оценок), 2 балла – показатель проявляется периодически – ___ % (___ оценок), 1 балл – показатель проявляется редко – ___ % (___ оценок), 0 баллов – показатель не проявляется – ___ % (___ оценок) .

Словарь терминов

Классический экзерсис у станка и на середине:

- 1.demi plie - (деми плие) - неполное «приседание».
- 2.grand plie - (гранд плие) - глубокое, большое «приседание».
- 3.relevé - (релеве) - «поднимание», поднимание в стойку на носках с опусканием в ИП в любой позиции ног.
- 4.battement tendu - (батман тандю) - «вытянутый» скользящее движение стопой в положение ноги на носок вперед, в сторону, назад с возвращением

скользящим движением в ИП.

5. battement tendu jeté - (батман тандю жете) - «бросок», взмах в положение книзу (25°, 45°) крестом..

6. releveant - (релевелянт) - «поднимать» медленно, плавно медленно на счет 1-4 1-8 поднимание ноги вперед, в сторону или назад и выше.

7. grand battement - (гранд батман) - «большой бросок, взмах» на 90° и выше через положение ноги на носок.

ASSEMBLE [асембле] - прыжок с одной ноги на две выполняется с отведением ноги в заданном направлении и собиранием ног во время прыжка вместе.

Приложение 7

План воспитательной работы на учебный год

	Срок проведения	Наименование мероприятия	контингент
1	сентябрь	Родительское собрание	Все группы
2	сентябрь	Тематическая беседа с родителями и обучающимися о законе Республике Коми № 148 – РК.	Все группы
3	сентябрь	День здоровья	Все группы
4	сентябрь	«Нет терроризму» беседа	Все группы
5	Ноябрь март	Беседа «Здоровый образ жизни»	Все группы
6	Декабрь апрель	Беседа «Спорт в Сыктывкаре»	Все группы
7	В течении года	Тематическая беседа с родителями и обучающимися	Все группы
8	май	Поход	Все группы

**План
работы с родителями учащихся
на учебный год**

№ п/п	Мероприятие	Срок проведения	Место проведения
1	Родительское собрание по расписанию, правилам поведения, форме одежды обучающихся на занятиях, планы на год	1-15 сентября	Классы СОШ № 12
2	Беседа о Законе № 148 – РЗ «О некоторых мерах по профилактике безнадзорности и правонарушений в Республике Коми.	сентябрь	Классы СОШ № 12
3	Родительское собрание по планам на учебный год.	сентябрь	актовый зал
4	Индивидуальные беседы с родителями, обучающимися.	В течении года	актовый зал
5	Родительское собрание по итогам учебного года	май	Актовый зал
6	Посещение праздников	Согласно плана культурно- массовой работы.	Согласно плана культурно- массовой работы.

